

**COMPRENSIÓN DE LA EXPERIENCIA DE ANSIEDAD QUE TIENE UN JOVEN
ANTE LA TOMA DE DECISIONES.**

Autor

Ps. ALISON JAIMES YANGUMA

Directores

Ps. PH, D. ALBERTO DE CASTRO CORREA

Ps. MG. GUILLERMO GARCÍA CHACÓN

BARRANQUILLA

UNIVERSIDAD DEL NORTE

MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA – PROFUNDIZACIÓN CLÍNICA

2018.

Índice

Introducción	1
Justificación	2
Área problemática	4
Preguntas orientadoras	7
Historia clínica del paciente	7
Descripción detallada de las sesiones	12
Marco conceptual de referencia	20
Análisis e interpretación del caso	44
Conclusiones y discusión	62
Bibliografía	66
Anexos	67

Introducción.

El presente trabajo se desarrolla bajo los parámetros establecidos por la maestría en Psicología con profundización clínica, con un enfoque Humanista-Existencial a través de la Fundación Universitaria del Norte de la ciudad de Barranquilla.

En este estudio se podrá analizar el caso de una joven de 21 años que ha venido sorteando una situación académica que pone en riesgo su beca, y por ende ha tenido que enfrentar una situación angustiante ante la presión que conlleva el tener que tomar una decisión que abarca en gran medida su futuro.

Se abordará el análisis del caso desde el proceso experiencial, donde se tendrán en cuenta conceptos tales como deseo, voluntad, libertad, responsabilidad y la experiencia de la ansiedad. Con este sustento teórico se pretende explicar desde la experiencia de la paciente el que, el como y el para que ha tomado las decisiones que hasta el momento le han generado una gran ansiedad y de acuerdo a su escala de valores comprender su experiencia logrando así que el paciente se focalice a si mismo proyectándose hacia un futuro.

Es de gran importancia tener en cuenta que el paciente es quien decide a través de su libertad y asume la responsabilidad que conlleva las nuevas decisiones, que apuntarán a la reestructuración de su proyecto de vida, pero que como se verá mas adelante, también podrá generar angustia ante la incertidumbre de sus resultados, todo esto sin olvidar la importancia que tiene respetar el ritmo del paciente.

Justificación.

Al querer comprender al individuo desde su experiencia, es necesario desconectar aquellas vivencias previas que tenga el psicoterapeuta con respecto a situaciones similares, que aunque no abarquen el mismo contenido, si pueden sumar al proceso y a los resultados que convergen en una o varias intencionalidades similares a las del paciente, adquiriendo total relevancia la vivencia del otro y no la vivencia del psicoterapeuta. Es por esto que para el desarrollo del proceso experiencial del individuo, es importante analizar los valores que este le da a su propia experiencia y “como a través de ella se relaciona entrando en contacto con la realidad objetiva” (De Castro, García y González, 2017, pág. 91), llegando así a utilizar herramientas para trazar su proyecto de vida.

Por lo tanto el individuo toma decisiones, las cuales emergen inicialmente desde sus deseos, a veces tan profundos que el paciente no ha logrado hacer conciencia de ellos, pero no dejan de ser selectivos y estos están llenos de imaginación y fantasía, como se explica en el libro Amor y Voluntad y que hace referencia a que “El deseo es el comienzo de nuestra orientación hacia el futuro sea de tal modo o de otro modo; es una capacidad de ahondar profundamente en nosotros mismos y anhelar dar forma al futuro” (May, 2011, p. 189).

También utiliza la voluntad que no es más que la fuerza con la que se orienta para conseguir lo deseado, y con la cual traza metas haciendo uso de su libertad construyendo así un presente, pero que a su vez, toma del pasado experiencias de aprendizaje y mira hacia el futuro con expectativa de conseguir metas trazadas, las cuales, abarcan experiencias agradables y en otras ocasiones no tanto, por lo cual pueden surgir sensaciones

incomodas que lo lleven a padecer síntomas, que finalmente lo trasladen a un espacio terapéutico generado en ocasiones por la culpa y responsabilidad que pueda sentir al no obtener los resultados esperados.

Todo esto soportado teóricamente en el libro *Psicología clínica fundamentos existenciales*: “se entiende que para ser capaces de desear debemos primero cobrar conciencia de la orientación de nuestros sentimientos, emociones e impulsos... Este acto de desear es lo que se puede rescatar en uno mismo en la libertad de ser mediante la pausa, ya que en esta el individuo rompe la necesidad compulsiva impuesta por el determinismo pasado y/o externo, para adentrarse en la propia experiencia y conocer profundamente el sentido de los propios deseos y hacia donde apuntas estos (antes que observar de dónde vienen), y en caso de que sea necesario reorientarlos hacia fines más trascendentes o constructivos” (De Castro, *et al.* 2017, p. 103).

Es por esto que al querer comprender la experiencia que un joven experimenta ante la necesidad de tener que tomar decisiones, posiblemente presionado inicialmente por responsabilidades que posteriormente puedan conllevar a sentimientos de culpa cuando los resultados obtenidos por él no son los esperados, y a su vez siente que defrauda las expectativas que los otros tienen depositadas en él, se pueden presentar rupturas de intencionalidad motivadas por deseos, que al hacerlos conscientes no son tan importantes para la verdadera intencionalidad del individuo y pueden generar en este síntomas relacionados con la ansiedad y la depresión, entre otros, lo cual ha motivado el análisis de este caso como un aporte significativo en la formación del psicólogo en profundización clínica, ya que se abordarán los fundamentos existenciales (deseo, voluntad, libertad,

intencionalidad y muerte) del paciente escogido y como a través de la orientación que se le realiza a este en el proceso terapéutico, se busca que con el proceso experiencial haga conciencia de lo consiente, en otras palabras, que se de cuenta del para que lo hace y no el porque lo hace.

Área problemática.

Actualmente el país se encuentra sumergido en garantizar a los estudiantes que se destacan por tener buenos resultados, a través de la prueba que aplica todos los años el instituto colombiano para el fomento de la educación superior ICFES, en entregar diferentes modalidades de becas con la cual muchas personas, en su mayoría adolescentes y jóvenes que tienen posiciones económicas menos favorables, ingresan a universidades que gozan de un notable prestigio por su calidad educativa dentro del sector privado.

Esto ha podido ocasionar en algunos adolescentes y jóvenes seleccionados para gozar de estas becas, tomar decisiones que prácticamente son obligados por un tiempo límite para la escogencia de su carrera, lo cual se podrá evidenciar en este caso. Muchas veces el adolescente y/o joven podría ser presionado por las expectativas que él cree que tienen las personas que lo rodean como los familiares más cercanos, utilizando así su libertad en decisiones que podrían ser o no favorables en un futuro cercano, ocasionando angustia en el aquí y en el ahora, en el presente, lo que además indicaría que el valor que el paciente está dando se orienta más a las necesidades que él cree que su familia tiene y esto podría cambiar sus deseos iniciales evadiendo la posibilidad de hacer uso de su libertad al escoger como realmente quiere construir su futuro, su destino.

De esta manera “Es por esto que el ejercicio consiente de la libertad, el actuar coherente y espontáneamente, siempre conduce en algún grado al encuentro o a la confrontación consigo mismo” (De Castro, *et al.* 2017, p. 81) y es en este punto donde se considera importante profundizar desde los procesos experienciales del paciente, lograr descubrir junto a él cual fue su verdadera intencionalidad al ejercer su libertad y el para qué direccionó su voluntad en tomar la decisión de una determinada carrera profesional, teniendo en cuenta todo el esfuerzo que utilizó para que a través de su voluntad se cumpliera un deseo que podría ser o no gratificante para su vida.

Por lo tanto, “es cierto que el individuo tiene el don de la libertad, pero la carga de responsabilidad que esto representa es enorme” (May, 2011, p. 168), carga que podría desencadenar en angustia llevando al estudiante a padecer de síntomas que se encuentran dentro de cuadros patológicos como la ansiedad, entre los cuales se encuentran algunos que se describen en el libro Fundamentos de medicina Psiquiatría, y que lo explica así:

“El síntoma cardinal es la excesiva ansiedad cognoscitiva manifestada por preocupación o temores exagerados en relación a la salud, aspectos económicos, laborales, familiares, etc.,... Estas expectativas se asocian al menos a tres de los siguientes síntomas:

1. Desasosiego o inquietud motora.
2. Fatigabilidad fácil.
3. Dificultad para concentrarse o tener la mente en blanco.
4. Irritabilidad.
5. Tensión muscular.

6. Trastorno del sueño (dificultad para conciliarlo, mantenerlo, o sueño inquieto no reparador).”

(Toro, Yepes, 2000, p. 182).

Todo esto generado posiblemente por el uso que le da a su libertad, teniendo así una intencionalidad orientada a los deseos y a la voluntad de otras personas, con el fin de responder en cierta medida a las expectativas y exigencias del otro.

Esto podría indicar que este fue el valor mas relevante con el cual utilizó su libertad para tomar esta decisión, decidir por una determinada carrera profesional y probablemente no analizar el abanico de opciones que se le presentaba, dejando a un lado deseos vitales que podrían ayudar al paciente a tejer su proyecto de vida, o como lo expresa May (2011) en su libro Amor y Voluntad:

El deseo es el comienzo de nuestra orientación hacia el futuro, es admitir que queremos que el futuro sea de tal modo o de otro modo; es una capacidad de ahondar en nosotros mismos y anhelar dar forma al futuro (p.189).

Por esto el deseo está lleno de fuerza, fuerza que utiliza a través de la voluntad para llegar hasta donde sea la intención del paciente (intencionalidad).

Tomando este análisis del problema, se observa como cada experiencia es única y por lo tanto estudiar cada caso, brinda aportes para la psicología en general, especialmente con la orientación de un enfoque humanista-existencial al abordar los procesos

existenciales como deseo, voluntad, libertad, intencionalidad y muerte, los cuales son utilizados por el individuo, muchas veces sin hacer conciencia de ellos y con los cuales se pueden llegar a desencadenar patologías como la ansiedad.

Preguntas orientadoras

1. Cómo experimenta la paciente la ansiedad?
2. Cuáles son los temores que tiene la paciente ante la toma de decisiones?
3. Cuáles son los valores que mas importancia tienen para la paciente, de acuerdo a su escala de valores?
4. Cual ha sido su intencionalidad ante la toma de decisiones?
5. Cuando toma decisiones como ejerce sus deseos y su voluntad?
6. Se podría abordar el concepto de muerte, como muerte física o muerte de algún valor?

Historia clínica del paciente.

Identificación del paciente

Nombre: PARA

Género: femenino.

Edad: 21 años.

Fecha de nacimiento: 14 de julio de 1996.

Grado de escolaridad: Universitario.

Motivo de consulta

Cuando la terapeuta pregunta a la paciente por su motivo de consulta, ella no responde verbalmente, pero saca de su bolso dos hojas y se las entrega a la terapeuta. Una de las hojas es una carta de la universidad del norte con un anexo, en la cual se explica que la estudiante debe asistir a terapia psicológica y debe presentarse al psiquiatra. Esta carta tiene un anexo que es un acta de compromiso entre la paciente y la universidad, donde se le permite a ella congelar un semestre académico con el objetivo de que a través del tratamiento psicológico y psiquiátrico pueda tomar una decisión con respecto a la carrera que actualmente está cursando.

La segunda hoja que entrega la paciente es la historia clínica que le han entregado por asistir al médico psiquiatra. Todo esto lo realiza en silencio, no pronuncia palabra, pero su lenguaje verbal indica que está muy angustiada, posterior a este acto comienza a llorar.

Historia de la situación problema

Episodios previos: cuando la paciente está en cuarto semestre pierde una materia que tiene un gran número de créditos, lo cual genera que se atrase en su pensum académico. En este momento la paciente manifiesta comportamientos y sensaciones físicas que indican que tiene su primer episodio de angustia. Comienza a tener cambios en su estado de ánimo, destacándose los sentimientos de tristeza y la frustración. En esta ocasión la universidad la llama para que se presente ante el comité académico y firme un acta de compromiso. La paciente decide no contarle a sus papás lo que está sucediendo.

Descripción del problema actual: La paciente se encuentra cursando quinto semestre pero sus notas comienzan a bajar, no pudiendo cumplir con los compromisos académicos que firmo a través del acta que se explicó en el apartado de episodios previos de este trabajo, y, cuando élla llega al último corte del semestre decide no asistir más a clases. En su casa no se dan cuenta porque PARA continua yendo a la universidad y se queda por fuera de los salones de clase. Por esta razón pierde quinto semestre.

Factores desencadenantes: la universidad ante la pérdida de semestre de PARA, llama a sus papás y los cita para realizar una nueva acta de compromiso, donde son ellos los que esta vez deben firmar y por consiguiente son informados de toda la situación que se ha venido presentando con la paciente desde el semestre anterior. La paciente se sorprende de la reacción de sus padres, pues esperaba un castigo por haberles mentido, por el contrario, su reacción fue de diálogo y preocupación por su hija.

Antecedentes personales: la paciente manifiesta no haber tenido antecedentes.

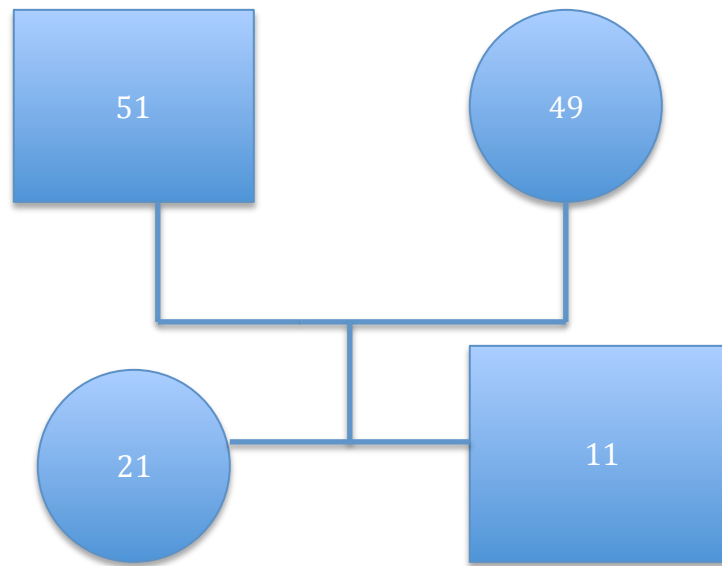
Historia familiar: PARA ha sido educada en un tipo de familia matriarcal donde convive con su padre y su madre, pero aunque existe una figura paterna es su mamá quien ejerce el rol principal al imponer sus normas siendo autoritaria y muchas veces, de acuerdo a lo expuesto por la paciente, una persona intransigente, quien no acepta otros puntos de vista o que las cosas se realicen sin su aprobación, anulando así la posición de su conyugue. También tiene un hermano menor que actualmente se encuentra estudiando en el colegio.

Su papá es el proveedor económico, trabaja en el oficio de mensajero y domiciliario de un restaurante de comida china en la ciudad de Barranquilla. La paciente manifiesta que ella trabaja en este mismo restaurante los fines de semana y sus funciones son atender las llamadas telefónicas de los domicilios y administra la caja. PARA manifiesta que para ella es importante este trabajo porque con este dinero puede ayudar a sus padres económicamente, pues lo utiliza en sus gastos personales y diarios de la universidad.

Con respecto a la dinámica familiar de acuerdo a lo manifestado por la paciente se puede describir que esta se desarrolla a través de lo exigido por la madre, la comunicación en muy pocas ocasiones es bidireccional, su hermano, su papá y PARA muy pocas veces pueden opinar sobre alguna situación que se presente y la mayoría de veces deben guardar silencio haciendo lo que su mamá cree que es lo mejor para todos.

Se puede observar que PARA ocupa un rol pasivo dentro de su núcleo familiar, le es exigido de acuerdo a lo expresado por la paciente, tener un comportamiento que vaya de acuerdo a la religión que su mamá profesa y exige un comportamiento frente a las personas externas porque para su mamá es muy importante la opinión de las personas externas como los vecinos, amistades y familiares lejanos. Por otra parte expresa que el tiempo que comparten en familia se resume en la hora del desayuno y en las noches cuando se reúnen para ver televisión.

En la dimensión social manifiesta que sale muy poco, tiene varios amigos con los que comparte pero prefiere quedarse en casa leyendo o viendo películas. También le gusta bailar y por eso en el tiempo libre asiste a clases de baile como salsa y danzas brasileiras.

Genograma.**Conceptualización diagnóstica.**

Paciente que desde el inicio de la terapia se muestra bastante afligida por su situación académica, viene remitida por la universidad a través de un acta de compromiso por haber perdido el quinto semestre de Arquitectura. También es remitida a psiquiatría y en el momento de la consulta psicológica, muestra la historia clínica que le realizaron a través de su EPS. En esta se puede observar que le recetan un ansiolítico y un antidepresivo, pero la paciente decide no tomarlo.

En el contenido de la primera sesión, la paciente manifiesta sentir gran frustración, lo que la lleva según expresa, a sentir rabia consigo misma por no poder cumplir con sus obligaciones académicas y por la decepción que le ha causado a sus padres, también expresa que presenta síntomas físicos como el insomnio, inapetencia y taquicardia sin la presencia de un aparente estímulo externo que la genere.

Descripción de las sesiones.

Primera sesión.

Llega la paciente al consultorio expresando a través de su rostro una gran tristeza, algunas lagrimas ya comienzan a caer y es en ese momento cuando la terapeuta después de recibirla le pregunta cual es su motivo de consulta y ella, sin decir palabra alguna, saca de su bolso unos papeles que le entrega a la psicóloga los cuales son un acta de compromiso que ha firmado con la universidad y su historia clínica con psiquiatría, inmediatamente la paciente comienza a llorar y no pronuncia palabras. El terapeuta comienza a leer estos documentos y se encuentra con que la paciente es beneficiaria de la beca Roble Amarillo de la universidad del norte, pero que ha tenido que firmar un acta donde se compromete a asistir a psiquiatría y a psicología por presentar un posible cuadro de ansiedad el cual ha surgido mientras estaba cursando quinto semestre de arquitectura. En la historia clínica de psiquiatría se puede evidenciar que el médico tratante le ha formulado un medicamento ansiolítico y un antidepresivo.

En este momento ya la paciente está más tranquila y la terapeuta le pregunta si está tomando el medicamento, la paciente responde que no lo esta tomando y no lo piensa hacer, primero quiere intentar solo con el tratamiento psicológico; por ese motivo la terapeuta le pregunta porque ha tomado esta decisión y ella responde que tiene miedo que el medicamento le genere efectos secundarios y cree poder solucionar sus problemas sin consumirlos.

Como la paciente está más tranquila se comienza a profundizar sobre el motivo de consulta entonces PARA responde que ha perdido quinto semestre y puede perder la beca que con tanto esfuerzo consiguió, por esta razón ha tenido que firmar un acta de compromiso en la cual le es autorizado suspender un semestre sus estudios para que pueda realizarse el tratamiento designado.

Luego comienza a describir como sucedió todo esto, cuando la paciente está en cuarto semestre pierde una materia relevante para la carrera lo cual genera que se atrase en su pensum académico; en ese momento según manifiesta la paciente tiene su primer episodio de angustia, manifiesta “me sentía muy triste y frustrada, porque cuando inicie mi carrera quería estar dentro de los alumnos destacados, en el colegio siempre estuve en los primeros lugares y se que eso abre puertas”, en esta oportunidad es citada por el comité educativo donde debe firmar un acta de compromiso académico y PARA decide no contarle a sus padres.

Cuando ingresa a quinto semestre sus notas y promedio comienza a bajar no pudiendo cumplir con los compromisos adquiridos y cuando llega al cuarto corte del semestre decide no entrar más a clases. Según manifiesta la paciente, en su casa no se dan cuenta de lo que está sucediendo porque ella continua yendo a la universidad.

Todo esto genera que pierda el semestre y en esta ocasión la universidad cita a los padres de PARA y son informados sobre lo sucedido, ahora son ellos los que deben firmar el acta de compromiso. La paciente manifiesta haberse sorprendido ante la reacción de sus padres la cual fue de preocupación y ellos dialogan con ella para tratar de comprender lo

que le estaba sucediendo. En este momento se indaga con la paciente cual era la reacción que ella esperaba a lo que responde "esperaba que me castigaran".

Segunda sesión.

Al ingresar la paciente al consultorio manifiesta que se ha sentido un poco cansada, que no ha podido dormir bien y su apetito ha disminuido, queda en silencio; la terapeuta le solicita que le cuente un poco mas de esta situación y ella responde que últimamente piensa la mayor parte del tiempo en la decisión que debe tomar con respecto a los estudios de su carrera profesional, la terapeuta le pide que profundice más en este tema, "que es lo que piensas o cuales son los pensamientos que más llegan en estos momentos?", ella responde "pienso tener que volver a sentarme frente a un computador para diseñar un proyecto, y esto me produce desespero, ganas de salir corriendo, ganas de llorar", la terapeuta le dice "ahora, en este momento presentas esa sensación?" y PARA responde con un movimiento de la cabeza indicando que si, el terapeuta le dice "cuéntame mas sobre lo que estas sintiendo en estos momentos" pero la paciente realiza una larga pausa y comienza a llorar; después de este espacio, continua con la conversación manifestando que intentó hablar con sus padres sobre una nueva idea que ha "vuelto a tener en estos últimos días" y es sobre inscribirse en la fuerza aérea; PARA expresa que esta idea siempre estuvo presente cuando se encontraba cursando los últimos años del colegio y cuando estaba cursando undécimo grado realizó la inscripción tarde, por lo cual no pudo continuar con el proceso de selección, pero ahora, nuevamente sus pensamientos han estado girando ante la posibilidad de cumplir con ese sueño.

Prosigue explicando la paciente que estuvo averiguando las fechas de inscripción y nuevamente habían caducado en tiempo, y de acuerdo a lo investigado a través de la página web de la fuerza aérea descubrió que para la próxima convocatoria no podría postularse porque ya no tendría la edad máxima que ellos exigen, es decir, ya sería un año mayor al límite máximo establecido por ellos. Después de manifestar esta situación continua diciendo: “estoy muy angustiada por la decisión que debo tomar, mi papá ha trabajado toda la vida y ya está muy cansado, además de tener una edad avanzada, se que puedo decidir continuar con Arquitectura y también se que esta carrera ha sido mucho gasto, además quiero salir para ocuparme de los gastos de la casa y que mi papá no tenga que trabajar más”.

Tercera sesión.

En esta ocasión cuando se le pregunta a la paciente como está en el día de hoy, ella responde que se siente muy molesta, pero que su molestia es por su mamá ya que la señora insiste en que PARA continúe estudiando Arquitectura; el terapeuta le dice que le hable un poco más de estas emociones que ahora trae y ella responde así: “siento mucha rabia, me siento frustrada con ella, no me escucha, no piensa en mi, no piensa en lo que me puede pasar, ella discute todo el tiempo con mi papá”, hace una pausa y continua diciendo “ella debería ir al psiquiatra”. Después de una pausa larga manifiesta lo siguiente “en la casa siempre se tiene que hacer lo que ella quiere”, entonces el terapeuta le pide a PARA que trate de identificar las emociones que ahora, en ese preciso momento está sintiendo, y la paciente se pone a llorar, pero en medio del llanto responde “es mucha rabia, no la tolero, siempre me hace sentir frustrada, todo lo que hago o decido está mal para ella”.

Como la sesión está por terminar se le pide a la paciente que continúe pensando un poco más en la relación que ha tenido con su mamá y como ha sido esa experiencia para ella.

Cuarta sesión.

Después de recibir a la paciente y preguntarle como se siente el día de hoy, PARA expresa que estuvo pensando en la relación que ha tenido con su mamá y dice que tiene una nueva idea sobre ella, continua con el siguiente argumento: “si mi mamá no me hubiese tenido ella estaría mejor, no estaría casada con mi papá... o de pronto sí, pero tal vez ella estaría mejor”; después de una larga pausa el terapeuta le pregunta el porque ha llegado a esa conclusión, a lo que ella responde “ellos discuten mucho, todo el tiempo y casi siempre lo hacen por dinero” en ese momento la paciente llora por un largo espacio y después continua diciendo “todavía no se si quiero seguir estudiando arquitectura, solo pensar en eso me angustia, pero no se que hacer, porque para mis papás ha sido un gasto grande, todo lo que he utilizado en materiales, transporte... además de haber realizado cinco semestres, cambiar de carrera sería como haber perdido todo este tiempo para volver a empezar y como usted sabe, yo lo que quiero es graduarme rápido para poder colaborarle a mi papá y también...”, PARA realiza una pausa corta y continua diciendo “irme de la casa, pero si decido continuar con Arquitectura... tengo miedo”, “miedo a que?” pregunta la terapeuta, a lo que la paciente responde “a que me pase otra vez lo que me sucedió en quinto semestre y ahí si pierda definitivamente la beca, a no tener otra oportunidad”, la terapeuta le dice a la paciente “recuerda que aún tienes tiempo para poder tomar una buena decisión y aunque en la casa de acuerdo a lo que me estas contando, te están presionando, cuentas con este espacio para eso” “ahora”, vuelve e interviene la terapeuta “si tuvieras la oportunidad en

estos momentos de hablar con tus padres, especialmente con tu mamá que le dirías?” la paciente calla y vuelve a llorar, no responde.

Sexta sesión.

Esta sesión sucede algo totalmente diferente a las sesiones anteriores, PARA llega con una gran sonrisa y la terapeuta sorprendida gratamente le pregunta “cómo estas hoy, creo ver en tu rostro una gran sonrisa, es así?”, a lo que ella responde “mi mamá ha estado enferma, ha tenido que estar acostada todo el tiempo y por eso me he sentido voluntaria”, “¿voluntaria?” pregunta la terapeuta, y PARA responde “sí, he tenido que tomar las decisiones en mi casa, como que se come, y también tengo que realizar todo lo que mi mamá normalmente hace, pero a mi modo” luego de una sonrisa continua diciendo “las labores domésticas las hago como yo creo que deben ser y también he notado que en esta semana mis papás no han vuelto a discutir”. Luego de esto manifiesta que también le ha inquietado un poco ver a su mamá enferma, pero inmediatamente recuerda lo autoritaria que ella puede llegar a ser (la mamá de PARA), las ideas que tiene con respecto a todo lo que se hace en la casa y como quiere controlar y manipular a los demás. Pensar en todo esto la cansa e indispone, según manifiesta la paciente, generándole sentimientos de rabia y frustración.

Séptima sesión.

Cuando la paciente ingresa al consultorio manifiesta que se siente triste, frustrada, con ira hacia su mamá, ante esta descripción de emociones la terapeuta pregunta que ha cambiado en esta última semana, y le recuerda que la sesión anterior ella expresó sentirse muy bien porque estaba a cargo de varias tareas de la casa ya que su mamá se encontraba

enferma, a lo que respondió: “en estos días mi abuela llegó de sorpresa a visitar a mi mamá, y desde entonces ella ha vuelto a ser la misma, quiere que yo haga lo que ella dice, es una persona que cree que nunca se equivoca, lo que ella dice eso es y se debe hacer así, por ejemplo, quiere que yo ingrese a un grupo de la iglesia porque ella es fanática y yo ni siquiera se si quiero estar en esa iglesia, si me gusta..., todo le molesta, nada está bien, ha vuelto a ser la misma, esta vez le dijo a mi abuela que si ella hubiese tomado otras decisiones hoy estaría en otro lado y mucho mejor, ella no sabía que yo la estaba escuchando y todo esto me recordó lo que yo había escrito, lo que yo pensaba, que yo era una carga y por mi culpa ella estaba aquí, pero esta vez me atreví a preguntárselo pero lo hice con rabia, y ella me dijo que no era así, que no lo tomara como lo estaba haciendo, que ella lo decía por otras cosas, no por nosotros...” La paciente llora intensamente. Después de una larga pausa la paciente continua diciendo “mi mamá vuelve a decir y pensar lo que quiere, sin tenerme en cuenta”.

Decima sesión.

En esta sesión la paciente continua manifestando verbalmente “siento mucha rabia, tristeza, frustración por no ser valorada, de verdad que no entiendo a mi mamá, se supone que ella es muy religiosa, prácticamente fanática y por eso piensa que todo lo puede justificar a través de Dios”. Para la paciente, según expresa en la sesión, son importantes los valores de tolerancia y respeto por los demás, sin tener que imponer puntos de vista o manera de hacer las cosas, simplemente todo se trata de aceptación.

La terapeuta le pregunta a PARA “en varias ocasiones me has manifestado que sientes mucha tristeza y frustración al no ser aceptada totalmente por tu mamá, es decir, la

manera de pensar, las decisiones que debes tomar, etc. Quisiera saber para que necesitas esa aceptación tan al 100% en las decisiones que debes tomar o en las ideas que tu das en tu casa?” a lo que PARA responde “no me quiero sentir sola, quiero compartir todas mis cosas con élla”, prosigue: “casi siempre todo lo comparto con élla, mas que con mi papá, aunque con el tengo una mejor comunicación” realiza una pausa corta y continua diciendo “necesito saber que mi mamá está ahí, que está contenta por mi, que acepta lo que hago, que aunque me equivoque yo pueda sentir que élla va a estar para mi”. La terapeuta pregunta “y que sucede si tienes que decidir y te equivocas?” la paciente responde “si cometo un error me va a recriminar, aunque como humana se que me puedo equivocar”, la paciente hace una larga pausa y continua diciendo “quiero sentir que está ahí para mi, sentir que de verdad está ahí!, que de verdad le importo, quiero que esté dispuesta a escucharme a sí sus pensamientos sean diferentes a los míos, que de verdad le importe” después manifiesta “no quiero equivocarme en la decisión que debo tomar, quiero tomar la decisión por mi y demostrarle a élla que yo tenía razón, que no me equivoque”

Onceaba sesión.

PARA llega tranquila a la sesión, se indaga sobre esta impresión que ha tenido el terapeuta a lo que élla responde “ayer tuve una reunión con mis papás donde les comenté sobre la decisión tomada, también les dije cuales eran mis motivos, pero como yo esperaba, ellos no lo tomaron muy bien, me insistían en que lo pensara mejor y en ese momento mi mamá decide comunicarse con el centro de Santa Rosa de Lima para reunirse con usted”. La terapeuta le pregunta “Como te sientes ahora que ya has hablado con ellos y le has manifestado cual es tu decisión y lo que te motivo para llegar a élla?”, la paciente responde “siento que me quitó un peso de encima, me siento muy segura de la decisión tomada,

aunque aun siento miedo de equivocarme pienso que vale la pena arriesgarme, no importa si me equivoco”.

Marco conceptual de referencia.

Cada vez que el terapeuta intenta sumergirse en la experiencia del individuo, aislando sus propias vivencias y aceptando que estas pueden producir un suave murmullo en determinadas ocasiones, preferiblemente en situaciones donde se observa a si mismo y sus valores, se hace necesario que tenga un buen entrenamiento para percibir la experiencia del paciente lo más autentica posible abordando así el proceso que es la devolución que le damos a la información recibida por parte del paciente la cual va cargada de valores, deseos, intencionalidades, voluntad, sentido, culpa, responsabilidad, y es esto lo que se convierte en proceso experiencial.

Proceso experiencial

En el proceso experiencial se deben abordar todo lo que implican las vivencias del individuo las cuales son enmarcadas en un proyecto de vida personal, y estas han sido corregidas, cambiadas, elaboradas a través de los años, acorde con las experiencias que la persona ha tenido y que de acuerdo a estas, ha ido creando valores que son el resultado de la relación que tiene con el mundo externo.

En el libro Psicología clínica, Fundamentos existenciales (De Casto, *et al.* 2017) lo explican así:

“El proceso experiencial implicado en las decisiones y desarrollo del proyecto de vida de todo ser humano está caracterizado por la forma de vivenciar y valorar la propia experiencia a partir de la relación y contacto con la realidad objetiva” (p. 91).

De este modo se enfatiza que la experiencia nos lleva a relacionarnos con un mundo externo, que para cada individuo tiene matices diferentes y son estos los que no orientan dentro del proceso terapéutico, a comprender desde los ojos del otro como es su realidad objetiva.

Deseo

Cuando se habla de deseo en el ser humano, se centra en un análisis donde es identificado como la base afectiva de la experiencia, la cual surge de la necesidad que tiene el individuo, las carencias que posee y este simplemente aparece, surge sin tener conciencia, pero no tarda en llegar a ella, es tan inmediata como imperceptible.

“El deseo también tiene sentido, y en realidad es esa particular confluencia de fuerza y sentido lo que constituye el deseo humano” (May, 2011, p. 187). Esto nos indica que el deseo al ser consiente revela sus significados, inicialmente puede producir cambios en el organismo del individuo, utiliza la voluntad para adaptarlo a lo que necesita, puede recordar situaciones o vivencias del pasado, pero a la vez apunta hacia el futuro, y es allí donde realmente cobra significado, significado que se traduce en la experiencia de la persona.

“Freud veía en el deseo no sencillamente un impulso ciego si no una tendencia que llevaba consigo significaciones” (May, 2011, p. 187).

Finalmente May nos describe al deseo como el comienzo de nuestra orientación hacia el futuro, es admitir que queremos que el futuro sea de tal modo o de otro modo; es una capacidad de ahondar profundamente en nosotros mismos y anhelar dar forma al futuro (May, 2011, p. 189), convirtiéndolo finalmente en experiencia, la cual no siempre será grata y podrá frustrar el deseo inicial.

Desear

Cuando se habla sobre desear se está haciendo referencia al proceso que la persona realiza entre el deseo y la voluntad, orientando ese deseo de manera consciente a las metas que se quieren trazar o que ya han estado proyectadas, también a lo que el individuo valora, lo que tiene un significado real y trascendental en su experiencia, es decir, es la transformación consciente del deseo en significados que son constructivos para el individuo, entonces se podría decir que la persona ha transformado conscientemente su deseo a un desear, (De castro, *et al.* 2017).

En ocasiones la persona puede negar su deseo y utilizar su voluntad para esto, en este punto se estaría hablando de un deseo ciego que aunque esté oculto continuará generando un tipo de energía la cual intentará buscar la manera de salir. Esta energía podría salir a través de comportamientos impulsivos y/o compulsivos, y esto llevaría a que la persona no pudiese clarificar el significado de su experiencia. Entonces el individuo no desearía conscientemente, y este deseo no tendría un fin constructivo que pudiese aportar bienestar a su experiencia. Por el contrario, la persona estaría buscando quitarse la tensión emocional a través de deseos que ofrezcan una solución inmediata, es decir, que les cause placer, alivio al malestar que puedan estar sintiendo. Como consecuencia a este acto

repetitivo la persona podría sentirse cada vez más insatisfecho y con esto aumentar la tensión y el desgaste emocional llevándolo a la patología. Entonces al actuar la persona impulsados por sus gratificaciones inmediatas podría estar creando un círculo vicioso en busca de sensaciones que le causen placer contiguo y que no es perdurable en el tiempo, ocasionando con esto la repetición de este mismo ciclo. Con esto “puede percibirse como incapaz de elegir entre sus posibilidades y trata, caprichosamente, de llevar a cabo todo deseo que le llega” (De Castro, *et al.* 2017, p. 97).

Cada deseo tiene un significado el cual puede ser o no ser desarrollado de acuerdo a las necesidades que tiene el individuo, es entonces cuando en el proceso de desear el individuo decide orientar ese deseo a sus metas utilizándolo de manera constructiva y aportando toda la energía necesaria a través del movimiento que realiza con la voluntad para afirmarlo en lo que desea de manera coherente. Para esto es necesario que el individuo tenga en cuenta “la sensación y experiencia corporal que acompaña y da contexto al deseo” (De castro, *et al.* 2017, p. 94) entonces el individuo debe estar dispuesto a sentir su deseo, a sentir la experiencia corporal que le genera el deseo, haciendo a un lado la razón, pero debe utilizar sus recursos cognitivos para poderlo describir, es decir primero siente la experiencia que su deseo le indica y luego lo describe lo más genuinamente posible.

Todo esto conlleva a que el individuo se permita sentir corporalmente lo que su deseo le quiere transmitir, para que así no se contamine con la razón, sino que le sirva a la persona como un vehículo que lo orienta a lo que necesita saber, comprendiendo así el camino selectivo que debemos tomar para alcanzar la meta trazada.

Al respecto en el libro Psicología Clínica, fundamentos existenciales se afirma:

El desear se enmarca en un proceso experiencial en el que el ser humano que esté teniendo la experiencia siempre participa en algún grado en la creación o en el mantenimiento de sus deseos. Partiendo de esto, el desear implica una postura activa de la persona frente a su propio proceso experiencial, en donde las acciones, pensamientos y emociones no deben ser entendidas como actos ajenos al ser humano si no dentro de un marco donde él es actor y director (...) el deseo visto solo como un impulso o necesidad que viene del pasado, cuando es integrado a la experiencia del presente por la voluntad, a través de la acción de la consciencia, puede ser orientado coherentemente hacia fines altamente constructivos (De Castro, *et al.* 2017, p. 96).

Al desear el individuo se exige y a la vez decide libremente tener una *apertura experiencial*, donde primero acepta como viene el deseo, lo siente, pero no lo identifica automáticamente para no perder así la disposición ante su propia experiencia, es decir, evita negar el deseo o llenarse de razones para validarlo, lo que hace el individuo es observarlo, recibirlo tal y como viene para que a través de él pueda aclarar su significado y como este cobra importancia en lo que el individuo valora, en su escala de valores.

Entonces, el individuo ya podría estar preparado para actuar orientado hacia ese deseo el cual ya tiene un valor real para la persona, distanciándose así de las acciones

compulsivas y/o impulsivas que pueden ser el resultado de diferentes tipos de presión que pueda surgir en el individuo (externas y/o internas).

El acto de desear implicaría:

1. Usar la voluntad para entrar en contacto con los propios deseos y conocerlos descriptivamente.
2. Clarificar el significado de dichos deseos hasta donde sea posible.
3. Clarificar con cual deseo se identifica, de todos los que va captando y conociendo.
4. Decidirse afirmar conscientemente aquel deseo con el que sí se identifica.

(De Castro, *et al.* 2017, p. 104-105).

Voluntad

La voluntad siempre acompañará al deseo, y esta aparecerá inmediatamente este se vuelva consiente, lo orienta, brinda opciones para elegir, con la voluntad el individuo actúa direccionado hacia su deseo y funciona como un puente o vía que comunica el deseo y la acción.

Pero la voluntad también puede ser utilizada para ir en contra del deseo, reprimirlo, no permitir que se convierta en experiencia gratificante y que adquiera un significado. En el libro *Psicología Clínica, fundamentos existenciales* clarifican:

“El deseo que guía a la voluntad de esta forma es un deseo *ciego* que May prefiere llamar impulso o necesidad, debido a que no es integrado conscientemente

a la totalidad de dicha personalidad, con el que se busca no clarificar el significado de la propia experiencia” (De Castro, *et al.* 2017, p. 93).

Se describen tres usos inapropiados de la voluntad de acuerdo a lo escrito en el libro *Psicología clínica fundamentos existenciales* (De Castro, *et al.* 2017):

1. Fuerza de voluntad: va en contra del deseo, la fuerza convierte el deseo en un impulso, lo manipula, reprime, puede conllevarlo a elementos inaceptables.
2. Voluntad contra si misma: puede ser impulsiva o compulsiva; al hablar de impulsividad se refiere a realizar la acción y luego pensar que se realizó y si estas traen o no consecuencias, es decir la persona no reflexiona antes de actuar, pero esto no exime al individuo de su responsabilidad, aunque no quiera asumirla, no hay mediación en su pensamiento. Cuando es compulsiva se caracteriza por que la acción no se presenta de forma automática, se crea y se siente que el impulso es mas grande, la voluntad se reduce, es decir, la persona se cuestiona, lo evalúa, no lo quiere hacer, sabe que tal vez no está bien, pero termina haciéndolo.
3. Apatía: la persona se defiende del deseo y de la voluntad, evita sentir, llegando así al conformismo y por consiguiente a estados de frustración.

Cuando estos usos inapropiados se vuelven crónicos aparece la enfermedad.

(p. 104)

Para darle un uso constructivo a la ansiedad como se explica en el libro *Psicología clínica fundamentos existenciales* (De Castro, *et al.* 2017), primero el individuo deberá

ponerse en contacto con el deseo, se clarifica su significado y si se identifica con él, lo afirma, y si no, lo retira: todo esto haciendo uso de la voluntad (p. 104)

Como dice May, deseo y voluntad hacen parte de un proceso dialéctico en que se necesita uno al otro. Sin la voluntad, el deseo se convierte en un impulso infantil carente de libertad, organización y madurez; pero sin el deseo, la voluntad se convierte en autocontradicción, pierde su vitalidad (De castro, *et al.* 2017, p. 104).

Intencionalidad

La intencionalidad es el concepto clave que podría ayudarnos a entender de mejor forma la relación entre los conceptos de deseo y voluntad bien sea para permitirnos orientarlos de manera integrada en un desear consiente y coherente o para clarificarnos el proceso mediante el cual deseo y voluntad se pueden vivenciar de maneras inconscientes. (De castro, *et al.* 2017, p. 107).

La intencionalidad se puede comprender como la estructura que da sentido a la experiencia. “No ha de identificársela con las intenciones, pero es la dimensión que les presta base, es la capacidad del hombre de tener intenciones” (May, 2011, p. 200). Explicándolo de otra manera se puede deducir que la intención es racional, se presenta totalmente consiente, y la intencionalidad es el deseo, es la relación que nace entre la intención (racional) y el deseo (base afectiva).

Así el concepto de intencionalidad implicaría atender a la vivencia y forma como aparece el deseo en la conciencia, el sentido que le da a dicho deseo, la forma como se orienta la voluntad para relacionarse con el deseo en la acción, y las decisiones que la persona está dispuesta a tomar intencionalmente en la vida práctica (De Castro, *et al.* 2017, p.108).

Se tendría en cuenta la experiencia de la persona (pasado), cual es su necesidad proyectada hacia un futuro pero que se establece en el presente.

Así entendida, la intencionalidad nos muestra la disposición afectiva de los seres humanos, permitiendo captar hacia donde dirigen su atención, cuales son las necesidades afectivas a partir de las cuales orientan intencionalmente sus acciones y aquellos valores que pretenden afirmar o preservar (De Castro, *et al.* 2017, p. 108).

La intencionalidad es la respuesta a donde quiere llegar el individuo, el cual atraviesa un sin fin de posibilidades para tomar una decisión que puede ser o no gratificante en un futuro cercano o lejano, y que sea cual quiera la decisión final siempre traerá consecuencias positivas o negativas; cuando dentro del proceso terapéutico se logra observar la intencionalidad del individuo, se puede llegar a advertir el o los deseos del paciente en consulta, su voluntad, los valores que afirma con sus decisiones tomadas y los que rechaza. Dentro de este proceso pueden salir aspectos que la persona no tiene muy claros y que tal vez no ha hecho conciencia de ellos, pero siempre su decisión final estará motivado por alcanzar una necesidad.

En este orden de ideas, comprender la triada deseo, voluntad e intencionalidad permite un acercamiento a la experiencia que está teniendo la persona al relacionarse e involucrarse con el mundo, y al mismo tiempo para conocer la estructura de valores que atribuye a este último (De Castro, *et al.* 2017, p. 109).

Intencionalidad y sentido

Desde la infancia en el ser humano se van creando necesidades afectivas, las cuales en el presente generan unas reacciones orientadas a lo que la persona valora. El individuo está constantemente buscando realizar acciones para llegar a un futuro que la persona se va encargando intencionalmente de construir. Todo esto inicia desde las experiencias de la persona en la infancia, por esto se debe tener en cuenta el pasado para comprender el sentido que la persona está otorgando a sus acciones en el presente, actuando así intencionalmente toda su vida, buscando condicionar su futuro.

Por esto es importante tener en cuenta aquellas situaciones afectivas del pasado que el individuo continua trayendo al presente para analizar su intencionalidad, el para que desea continuar cargando con ellas.

Al desear la persona está haciendo consciente su deseo, lo clarifica, lo vive, lo siente, dándole un significado, el cual puede ser o no el esperado, entonces el individuo tiene la posibilidad de decidir si continua con él o lo reorienta. Al hacer esto, la persona está construyendo sus experiencias, las cuales han sido decididas intencionalmente, por eso es responsable de sus actos.

De acuerdo a lo afirmado por Yalom (citado en De Castro, *et al.* 2017, p. 120):

Al tratar de que la persona se ponga en contacto en el momento presente, no tanto con el contenido de su experiencia que proviene de causas pasadas, sino más bien con sus intenciones y valoraciones experienciales actuales acerca del contenido de dicha experiencia inconsciente, se podrá clarificar la orientación que la persona da a su proyecto vital.

De acuerdo a la afirmación que dice De Castro, las experiencias del pasado pueden influir en el individuo, en su presente a través de acciones intencionales y con las cuales va estructurando el futuro. Las experiencias del pasado pueden crear diferentes reacciones en el individuo, dependiendo estas de su intencionalidad y así otorgando un sentido dentro de lo que llama De Castro un tiempo continuo en el cual el futuro se crea permanentemente. (De Castro, *et al.* 2017, p. 120), este sentido puede ser implícito o explícito.

Cuando la persona hace consciencia de su intencionalidad se hace responsable de las consecuencias de su decisión, es decir adquiere responsabilidad de sus acciones y decisiones tomadas. Teniendo claro cual es su intencionalidad, el para que lo hace, lo decide, realiza la acción, puede darle un sentido a la experiencia del pasado y como ese sentido a través de la experiencia hace presencia en el presente.

Algunas veces la persona no hace consciente su experiencia del pasado y decide dejarla en el inconsciente, pero esto también tiene una intencionalidad y es no perder las ganancias que ha obtenido en el presente a través de la decisión tomada, y, por lo cual, esas experiencias del pasado lo llevarían a reorientar sus valores. De allí que la experiencia de

ocultar en el presente las propias valoraciones y significados para "facilitar" las decisiones que se deban tomar, creando la fantasía que así se evitan responsabilidades muy exigentes o difíciles de asumir. A esto es a lo que se le denomina experiencia inconsciente, que es con la que trabajaría puntualmente el psicólogo existencial (De Castro, *et al.* 2017, p. 120).

Entonces y de acuerdo a esta afirmación, el ser humano toma decisiones orientado por la base afectiva, proyectando su vida, sus decisiones. Este estado afectivo es el que le da un sentido a su experiencia con la cual afirma o cambia un valor. Entonces las intencionalidad tiene como base un estado afectivo que apunta a un valor y cuando lo afirma obtiene una sensación de sentido.

La persona se identifica con el sentido que ha obtenido a través de la experiencia, entonces afirma el valor (lo que es importante para la persona), pero si no se identifica con el, lo modificará para así obtener un sentido o ganancia afectiva. Al identificarse con el valor o ganancia afectiva, la persona tratará de mantenerlo o aumentarlo.

Entonces, el ser humano a través de su intencionalidad siempre busca una ganancia afectiva o un sentido a sus acciones, las cuales son decididas por su escala de valores la cual ha nacido de su experiencia pasada y a la vez se desarrolla de acuerdo a las necesidades afectivas que van surgiendo en el presente con una mirada hacia el futuro.

La experiencia de ansiedad

Inicialmente cuando se habla de Ansiedad se piensa en factores fisiológicos y Neurológicos que afectan al individuo y lo más común es recurrir a los medicamentos que

suelen ser recetados por un médico tratante dependiendo de la intensidad con que estas sensaciones sean experimentadas, logrando así controlar aquellos síntomas que son incómodos y muchas veces incapacitantes. Este control momentáneo de la ansiedad ocasiona que no se visiona un proceso terapéutico que tenga dentro de sus principales objetivos descubrir cuáles son aquellos valores que el individuo ve amenazados, y de acuerdo a la inminente sensación de riesgo o de pérdida, continuará en un ciclo de sentimientos de angustia pero sin poder llegar a las raíces de esta experiencia de ansiedad.

“La Psicología existencial busca comprender cómo a partir de la relación dialéctica con estos dilemas existenciales, el ser humano puede promover o restringir sus potencialidades, así como explorar formas de vivenciarse constructivamente” (De Castro, *et al.* 2017, p 47).

Resumiendo lo anteriormente expuesto se puede concluir que para el enfoque de psicología existencial es importante describir la ansiedad como:

La ansiedad debería ser entendida como una experiencia que emerge y se origina precisamente por la posibilidad y capacidad que tienen los seres humanos de valorar, dar significado a sus acciones y tratar de afirmar o preservar aquello que consideran importante en sus vidas De Castro, *et al.* 2017, p. 44).

Es por esto que la experiencia es tan única como el individuo y no debe darse por sentado que la comprensión del terapeuta es total hacia su paciente. Se debe tener en cuenta la estructura de valores del individuo, la cual ha sido desarrollada a través de experiencias

del pasado donde sus deseos han generado intencionalidades claras con la relación al mundo y el paciente, y es esta serie de valores los que finalmente determinan el porque una misma situación puede generar ansiedad en un individuo y no en otro.

Por ejemplo la situación que se puede generar en un escenario deportivo cuando el equipo local va a jugar y la fila para entrar al estadio está muy larga; la experiencia que vive una persona puede ser o no angustiante por que el clima está muy cálido y no hay brisa, entonces un individuo puede pensar o recordar que tuvo una experiencia del pasado donde un vecino murió por las altas temperaturas y sentir angustia al pensar que le puede suceder lo mismo con esta situación, aunque no lo ha hecho consiente está viendo su estructura de valores amenazada, mientras que para otra persona es muy agradable sentir el calor del sol porque le recuerda sus días de vacaciones en la playa con su familia; esta última persona también estaría recurriendo a su escala de valores pero con la diferencia de que no se encuentra amenazada, si no que por el contrario, la está fortaleciendo.

Dicho con otras palabras, “la experiencia de ansiedad siempre involucra la valoración que el ser humano haga de su propia experiencia en relación con la situación en que se encuentra” (De Castro, *et al.* 2017, p 44).

Con estas referencias se puede analizar que aunque el síntoma sea tratado con medicamentos para poderlo controlar, la raíz de la situación problema continuará por no prestar atención a la valoración que hace el individuo en el presente de sus experiencias previas y por consiguiente, la experiencia de ansiedad se mantendrá, pudiendo aparecer intermitente o prolongadamente. “Por consiguiente si no se aborda directamente el hecho

de cómo se valora el ser humano, no se podrá resolver el problema del manejo apropiado y constructivo de la experiencia de ansiedad” (De Castro, *et al.* 2017, p. 45), perpetuándose en el tiempo.

Regresando a la escala de valores que el individuo ha formado a través de su experiencia previa, surgen según Yalom cuatro preocupaciones esenciales: “la muerte, la libertad, la carencia de un sentido vital y el aislamiento” (Yalom, 2015, p. 19) y me referiré especialmente a la muerte como a “la amenaza más evidente que se desentrelaza de la ansiedad, porque a menos que uno participe en creencias de la inmortalidad... la muerte representa el aniquilamiento final de la propia existencia como persona” (May, 2000, p. 81).

Pero realmente ese aniquilamiento de la existencia del hombre que nombra May, puede ser traducido como el aniquilamiento de uno de los valores que pertenecen a los estándares más altos dentro de la escala que como individuo ha creado, entonces ya no sería tanto la angustia que pueda generar el pensar que la vida no continuara al verse tropezada por el estado de muerte, si no, a la muerte de aquello que considero valioso para su existir, como por ejemplo la reputación ante determinado grupo de personas y la ansiedad constante que se tiene cada vez que es necesario asumir una posición o un comportamiento para no quedar mal delante de ellos, o la de inhibir las preferencias sexuales de un individuo homosexual ante su familia, orientado por el pensamiento de angustia que le genera ser rechazado y no volver a ser reconocido como parte de ese grupo.

“En realidad Nietzsche, Jaspers y otros de los filósofos existencialistas más profundos han señalado que la vida física en sí no es totalmente satisfactoria ni significativa hasta que uno

puede elegir conscientemente otro valor al que considera mas caro que la vida misma”
(May, 2000, p. 81).

En el caso de la paciente es necesario analizar la escala de valores que ha construido para determinar porque su experiencia de ansiedad ha traspasado limites de normalidad, generando sensaciones que han imposibilitado continuar con su proyecto de vida, el cual también será necesario reestructurar buscando acomodar realmente aquellos valores que si le generan satisfacción para su vida.

Según como se explica en el libro El dilema del hombre, se dividen y explican dos errores que se deben evitar cuando han sido amenazados:

1. No relacionar el valor con las primeras necesidades de amor y cuidado.
2. Pensar que esa es exactamente la cuestión y pasar por alto el hecho de que las cualidades emergentes en la persona hacen que el valor amenazado en cada etapa del desarrollo sea genuinamente nuevo. (May, 2000).

En terapia es necesario orientar al paciente para que sea él quien realmente tome la decisión de transformar sus valores enfrentando la ansiedad positivamente, adaptándose al medio y a sí mismo. Para esto el terapeuta debe acudir a la creatividad (May, 2000, p.88), mencionando así tres fines de la terapia que se resumirán de la siguiente manera:

- Existen dos tipos de ansiedades, la neurótica que es la que causa enfermedad y la normal, entonces el objetivo de la terapia no es que el paciente se libere de la

ansiedad si no que a través de la orientación y reflexión de los valores de el mismo, pueda liberarse solo de la ansiedad neurótica y acepte, vivencie, experimente la ansiedad normal.

- Al utilizar drogas para regular los síntomas de la ansiedad se está negando a al oportunidad de crecer, de transformar los valores.
- Mientras más firmes y flexibles sean los valores, mayor es la posibilidad de confrontar la ansiedad: pero entre más la persona se deje vencer por la ansiedad, más débiles se convertirán sus valores.

Ansiedad constructiva

La persona es consciente de sus valores y que es su elección la que está presente trazando su futuro, por esto al elegir va construyendo su proyecto de vida. El ser humano siempre está con miles de opciones en su diario vivir y debe decidir , esta decisión puede causar angustia al no saber cual será su resultado, por esto nunca podrá experimentar una *seguridad absoluta*. Esto genera más angustia en el individuo y ya dependerá de la orientación que la persona trace para vivenciar la angustia.

Es muy clara la comparación que crea May: al respecto, se ha dicho que la ansiedad tiene el mismo valor del pronóstico de una fiebre, es una señal de lucha que va dentro de la personalidad y un indicio de que una seria desintegración no ha ocurrido aún. (citado en De Castro, *et al.* 2017, p. 96).

Para tener un manejo constructivo de la ansiedad es importante que el individuo sea consciente de sus valores, en cuales se centra para así asumir con más firmeza las amenazas del día a día, y poder aceptar constructivamente la ansiedad.

Cuando un valor se siente amenazado aparece la ansiedad, pero esta permite que el individuo analice internamente el significado de ese valor para así conocer el sentido que le está dando a sus acciones.

La ansiedad invita a clarificar la vivencia que le está dando a la experiencia, entonces se denomina experiencia de ansiedad y se considera constructiva cuando a partir de ella el individuo crece y se arriesga a tomar decisiones conscientes a pesar de la incertidumbre y el malestar que esta le pueda causar.

La persona acepta la incertidumbre, contempla acciones y resoluciones, asumiendo así su posición frente a la experiencia de ansiedad que está poniendo en riesgo su valor.

En el libro Psicología Clínica, fundamentos existenciales explica:

De esta forma podemos concluir que la forma constructiva de confrontar la experiencia de ansiedad implica realizar lo siguiente:

- Clarificar la situación generadora de ansiedad.
- Conocer y clasificar las emociones, pensamientos, recuerdos, fantasías y sensaciones corporalmente sentidas que llegan en el momento en que se vivencia ansiedad en dichas situaciones.

- Conocer y clarificar los valores que se desean afirmar o preservar y/o que se ven amenazados en dicha situación.
- Conocer y clarificar la forma como se vivencian, afirman y preservan dichos valores.
- Clarificar el sentido de afirmar dichos valores.
- Clarificar si la persona se identifica realmente con los valores que desea afirmar (y sus sentidos).
- Focalizar la atención en aquellos valores con los que se identifica la persona y desea afirmar, para observarlos descriptivamente y conocerlos vivencialmente.
- Afirmar los valores con los que se identifica la persona.
- No focalizar la atención en alguna de estas dos posibilidades:
 - Tratar de evitar, rechazar renegar o pelear contra las sensaciones o pensamientos que le lleguen a la persona que se de cuenta que no le interesa afirmar.
 - Identificarse automáticamente con dichas sensaciones o pensamientos que le lleguen. (De Castro, *et al.* 2017, p. 58).

Ansiedad asumida destructivamente

Cuando la ansiedad es asumida destructivamente refleja que la persona no tiene una estructura de valores sólida y clara, entonces busca alternativas para distraer el síntoma que puede causar la sensación de ansiedad. Este distractor trae como consecuencia que la situación no se enfrente y al ser evitada hace que la persona recurra más a este tipo de

mecanismos para disminuir la sensación de malestar. Por esto el individuo crea más expectativa y pierde la realidad objetiva al no comprometerse con su experiencia.

La ansiedad destructiva activa una alarma que le indica a la persona que existe un conflicto interno que no se ha resuelto y que está amenazando su escala de valores. Ahora bien, ¿qué puede hacer el individuo con la ansiedad que asume como destructiva?, debe orientarla para clarificar sus valores, pero sin tratar de evitar la ansiedad, debe observarla, escucharla y aceptarla, para poder construir sobre ella, transformándola en una ansiedad constructiva.

De acuerdo con lo explicado en el libro *Psicología clínica fundamentos existenciales* se sustenta lo anteriormente descrito y se describe así:

En la experiencia de ansiedad asumida destructivamente, el individuo se encierra defensivamente ante las distintas posibilidades que se le presentan en la vida diaria, tratando de reducir las opciones que automáticamente generen ansiedad, sin pretender muchas veces incluso analizar los valores implicados en dicha experiencia de ansiedad. Como consecuencia, el proyecto de vida se estancaría, reduciendo sus posibilidades de ser y no actualizando su potencial para confrontar constructivamente las situaciones en el momento presente (De Castro, *et al.* 2017, p. 61).

Libertad y Responsabilidad

En el libro *Psicoterapia existencial* se establece que la libertad es un concepto que ha generado discordia en tres áreas las cuales serían la religión, la ciencia y la filosofía. La

libertad es un concepto muy importante para la práctica terapéutica y cuando el individuo logra concientizarse de ella, de lo trascendental para su propia existencia, marca un avance sobresaliente en su proceso experiencial (Yalom, 2015, p. 265).

La libertad se puede presentar en dos direcciones, una es la libertad física la cual es la respuesta que tiene un individuo frente a cualquier estímulo externo que haga parte de su entorno, y donde obtendrá la posibilidad de decidir entre una u otra opción, siempre presentándose las oportunidades directamente sin ningún esfuerzo cognitivo más que el decidir de acuerdo a su deseo. Según May “esta es la libertad que experimentamos en nuestra vida diaria, al tener que decidir por una cosa o por otra. Implica que hay varias posibilidades y/o alguna libertad de seleccionar lo que se quiera” (De castro, *et al.* 2017, p. 77).

La otra libertad es con la que cuenta el individuo desde su estructura psicológica, como lo menciona May y esta abre la oportunidad de decidir en el ser “la libertad de ser”. (...).

Esta libertad de ser es la que encierra la posibilidad de cuestionarse y de reflexionar acerca de los valores implicados en la experiencia, la forma como se afirman o preservan estos valores en la acción y las intenciones implícitas respecto a lo que se pretende obtener experiencialmente (De castro, *et al.* 2017, p. 78).

Cuando se utiliza la libertad de ser, se pueden clarificar el para qué se tomó determinada decisión dándole así un sentido a la experiencia, haciéndose responsable de que es lo que quiere y para qué lo quiere, abordando su entorno, las personas que lo rodean,

y a sí mismos. Es en esta oportunidad cuando se pueden tomar importantes decisiones pero bajo la claridad que la conciencia le permite y no los efímeros estímulos externos.

Por otra parte la responsabilidad es consecuente con la libertad, es decir, si existe conciencia de la decisión que se toma haciendo uso de la libertad, se podrá asumir las consecuencias o respuestas que se generen en el entorno.

“En este orden de ideas, podemos empezar a vislumbrar como el ser humano es libre y responsable, no solo de lo que hace si no también de lo que pretende o prefiere ignorar” (De Castro, *et al.* 2017, p 71). Nuestra decisiones por pequeñas que puedan ser siempre vendrán acompañadas en algún grado de responsabilidad, por este motivo el individuo siempre debe asumir una postura frente a la vida y aceptar las consecuencias que se puedan generar. Esto finalmente se transforma en experiencia y aporta en la clarificación del enfoque que se le quiere dar al proyecto de vida.

La libertad y el determinismo

De acuerdo a lo explicado en el libro Psicología clínica fundamentos existenciales, el determinismo cobra un gran papel protagónico al hablar de libertad, “que en la esfera de lo humano May (1988) prefiere llamar destino” (De Castro, *et al.* 2017, p 73). Entonces ya se comienza a relacionar con aquellas circunstancias en las que nacemos, como por ejemplo los rasgos físicos, la información genética, las condiciones sociales, culturales y económicas, entre otras variables, entonces “destino se refiere al marco de los límites y cualidades que constituyen lo que nos viene dado en vida, (May,1988, p. 83)” (De Castro, *et al.* 2017, p 73).

Pero entonces surge una gran duda y es ¿qué sucede con la libertad?, se podría pensar que está totalmente limitada por el destino o determinismo, pues en el momento de nacer el ser humano no puede decidir, simplemente se llega a un mundo con una serie de circunstancias que han sido dadas y es con éstas condiciones que el individuo debe iniciar. Es entonces cuando “la libertad se ve reflejada en la forma en que el ser humano se relaciona con los límites o realidades deterministas de la vida” (De Castro, *et al.* 2017, p. 74).

Entonces, de acuerdo a lo explicado anteriormente la libertad surge a través de su relación con los límites, es por esto que:

“De lo anterior se deduce que el ser humano tiene siempre la posibilidad de asumir una actitud o postura ante aquello que lo determina, siendo esto lo que realmente determinará lo que desea ser y hacer...En este margen de libertad, el ser humano es capaz de descubrir la forma en que está asumiendo los determinismos de la vida presente, así como los significados que pretende afirmar en su relación con dichos determinismos. Así en la relación con los determinismos puede descubrir significados, intenciones, necesidades, ganancias experienciales que se pretenden buscar o evitar, etc., y comenzar a hacer algo al respecto para modificar su forma de vivenciar y afrontar sus limitantes” (De Castro, *et al.* 2017, p. 74).

De acuerdo a esta explicación se puede concluir que la libertad viene condicionada desde el inicio de la vida por diferentes variables que ya han sido determinadas, pero la razón de que ya existan no condiciona que el individuo pueda elegir y asumir una posición

frente a esos límites, y decidir libremente como hacer frente a su destino. Es entonces cuando la persona es “libre-ante-algo y no libre-de-algo” (De Castro, *et al.* 2017, p. 75).

Libertad y sentido

La libertad “precede y refuerza la forma en que cada persona se relaciona con los determinismo” (De Castro, *et al.* 2017, p. 86). Por esto, cuando el individuo toma ese determinismo, lo acepta libremente, puede afirmar sus valores y les da una posición a estos valores creando así su escala, entonces, la libertad se relaciona con el sentido, porque ya la persona elige, decide, actúa a través de aquello que para ella ya tiene un nivel de importancia, tiene un valor el cual le da un sentido a la vida, a las decisiones tomadas, a lo que responsablemente escogimos. “Este hecho de valorar las situaciones y de elegir lo que queremos es lo que hace que seamos responsables de nuestra vida” (De Castro, *et al.* 2017, p. 87).

No obstante, “El sentido se refiere a la organización explícita y/o implícita que le da cada persona al mundo, a partir de las ganancias experienciales que obtenga o pretenda obtener de acuerdo con la valoración que ha hecho de sus experiencias” (De Castro, *et al.* 2017, p. 88). Por esto el individuo siempre está ante la posibilidad de elegir libremente y posicionar sus valores o crear nuevos, otorgándole un sentido a la decisión tomada con la cual siempre obtendrá una ganancia experiencial, la cual podría ser la esperada o no, y a través de esta ganancia la persona se vuelve a enfrentar a la posibilidad de reafirmar o cambiar toda circunstancia que para ella sea importante y que le da sentido a su experiencia.

Análisis e interpretación del caso.

Ansiedad

Desde el inicio del proceso terapéutico se pudo observar en PARA un malestar generado por la ansiedad la cual era asumida destructivamente. Su estructura de valores no estaba sólida ni clara, esto se puede evidenciar en la primera sesión cuando explica que su primer episodio de ansiedad se produce cuando pierde una materia en cuarto semestre. En ese momento la paciente en medio de su angustia debe tomar una decisión con respecto a informarles a sus padres sobre la situación y decide no hacerlo, pues no quería, según ella lo manifestó, causarles preocupaciones, pensaba que en el próximo semestre lo podría resolver.

Continúa relatando que en quinto semestre bajó más de lo esperado su promedio académico y perdió en esa ocasión más de una materia, de todo esto se entera cuando aún no había comenzado el último corte del semestre, es entonces cuando envuelta en su frustración decide no volver a clases sin saber aún como resolvería esta situación.

Comienza a utilizar distractores para no afrontar lo que estaba sucediendo y decide continuar asistiendo a la universidad para que sus padres no se enteraran, mientras tanto PARA se queda fuera del salón esperando que el tiempo pase para regresar nuevamente a casa, así lo experimentó durante aproximadamente un poco más de un mes, cada vez su valor que en ese momento consistía en ser una alumna destacada y llenar de orgullo a sus padres estaba por colapsar, motivo por el cual cae en crisis y presenta síntomas físicos (somatiza) como insomnio, taquicardia, pérdida del apetito y muchas ganas de llorar. En

esta explicación se puede observar como en un intento de manejar una ansiedad constructiva (cuando aún estaba en cuarto semestre), se ven amenazados varios valores, entre los cuales sobresale la relación con sus padres y la autorrealización profesional, e inmediatamente la ansiedad se vuelve destructiva, perdiendo así la realidad objetiva. Toda esta interpretación se analiza desde la explicación realizada en el libro Psicología clínica fundamentos existenciales que sustenta lo anteriormente descrito así:

En la experiencia de ansiedad asumida destructivamente, el individuo se encierra defensivamente ante las distintas posibilidades que se le presentan en la vida diaria, tratando de reducir las opciones que automáticamente generen ansiedad, sin pretender muchas veces incluso analizar los valores implicados en dicha experiencia de ansiedad. Como consecuencia, el proyecto de vida se estancaría, reduciendo sus posibilidades de ser y no actualizando su potencial para confrontar constructivamente las situaciones en el momento presente (De Castro, *et al.* 2017, p. 61).

Entonces se puede observar desde la teoría tomando la explicación del párrafo anterior, como PARA comienza a encerrarse defensivamente reduciendo así sus posibilidades, propiciando el terreno perfecto para generar ansiedad destructiva, comienza a observar que sus posibilidades se estancan, que su proyecto de vida se puede convertir en un fracaso y al no poder encontrar el camino, puede llegar a sentirse sin bases para confrontar la situación apoyada en una ansiedad constructiva.

Los valores que nombré en esta explicación (buenas relaciones con sus papás basadas en los resultados académicos, que ellos se sintieran orgullosos de su hija, además

de sobresalir entre los compañeros de clase) son corroborados por PARA en la segunda sesión cuando argumenta que pensar en cambiar de carrera le angustia, pues ya lleva un tiempo dedicándose a ella y sus papás han invertido mucho dinero, además argumenta que quiere terminar rápido para ocuparse de las necesidades económicas de la casa y que su papá no vuelva a trabajar. Esto podría llevarnos a pensar que quiere conservar la imagen de una buena alumna y buena hija, sin tener en cuenta cual es su realidad objetiva, y todo lo que pudiese estar sacrificando. Esto se puede sustentar teóricamente cuando se explica en el libro Psicología clínica Fundamentos Existenciales así:

La ansiedad debería ser entendida como una experiencia que emerge y se origina precisamente por la posibilidad y capacidad que tienen los seres humanos de valorar, dar significado a sus acciones y tratar de afirmar o preservar aquello que consideran importante en sus vidas (De Castro, *et al.* 2017, p. 44).

Por esto según la descripción del caso, PARA necesita y/o desea conservar una buena impresión, imagen, concepto de sus padres, desorientando así la realidad objetiva, tal vez por afirmar o preservar lo que hasta ese momento es importante para su vida.

Se puede observar que en las siguientes sesiones la paciente comienza a descubrir que no se siente cómoda con la actitud de sus papás, especialmente con la de su mamá quien cobra protagonismo en todas las siguientes sesiones descritas, siempre oponiéndose a la idea de que PARA tenga como opción cambiar de carrera, generando en la paciente más angustia al no sentirse escuchada, aceptada; manifiesta que su mamá no toma en cuenta su opinión y ese es el primer momento dentro de las sesiones terapéuticas donde PARA expone directamente el valor que le da a la relación con su mamá, pero esta vez la paciente

tendrá que reorientarlo si quiere continuar afirmando ese valor, y sólo lo podrá conseguir si trata de modificarlo para que pueda tener un nuevo sentido.

En esta ocasión y bajo la luz de lo que explica el libro *Psicología clínica Fundamentos existenciales*, se puede argumentar lo anteriormente descrito al exponer que la ansiedad “es una señal de lucha que va dentro de la personalidad y un indicio de que una seria desintegración no ha ocurrido aún.” (citado en De Castro, *et al.* 2017, p. 96). Entonces comienza la paciente en medio de su lucha interna a encontrar señales y lleva al presente, al aquí y al ahora, el valor que le ha dado a la relación de ella con su mamá, el grado de importancia que hasta el momento ha tenido para PARA y sus decisiones, y como esa opinión de esta persona en la vida de la paciente ha sido tan trascendental.

Se observa a través de la descripción que PARA realiza en la tercera, cuarta, séptima y decima sesión, sentimientos de angustia causados por lo que sus padres piensan de ella, los describe como frustración, rabia y tristeza, pero en esa misma decima sesión ya comienza a notarse que PARA a través de su proceso terapéutico está reorientando su valor con respecto a la relación con sus padres, comprendiendo que no es sano reducirla a unos resultados que PARA no podrá cumplir, porque como se explicará en el apartado de los resultados de Deseo y Voluntad, ella no desea continuar estudiando Arquitectura y el sólo hecho de pensarlo le genera una fuerte angustia.

Es en ese momento del proceso terapéutico donde PARA comienza a reorientar su valor con respecto a la importancia que le da a la opinión de sus padres y esto se puede

observar teóricamente en el libro Psicología clínica fundamentos existenciales, cuando clarifican como la experiencia de ansiedad se confronta constructivamente:

- Clarificar la situación generadora de ansiedad.
- Conocer y clasificar las emociones, pensamientos, recuerdos, fantasías y sensaciones corporalmente sentidas que llegan en el momento en que se vivencia ansiedad den dichas situaciones.
- Conocer y clarificar los valores que se desean afirmar o preservar y/o que se ven amenazados en dicha situación.
- Conocer y clarificar la forma como se vivencian, afirman y preservan dichos valores.
- Clarificar el sentido de afirmar dichos valores. (De Castro, *et al.* 2017, p. 58).

Ahora permite aclarar más valores los cuales enfoca en que para ella es importante no perder su beca universitaria, quiere terminar una carrera profesional, quiere ser independiente económicamente y a la vez ayudar a sus padres. Entonces PARA empieza a afrontar constructivamente esta experiencia aceptando la incertidumbre de que al tomar la decisión de cambiar de carrera universitaria no sabe si todo lo que desea se podrá cumplir, pero a la vez contempla posibilidades que como dice la teoría, la invita a que actúe para que pueda organizar sus estrategias, pensamientos, etc., y pueda asumir una postura consciente ante la vida. Esto lo resume PARA en la onceava sesión cuando manifiesta que su angustia a disminuido, siente que se ha quitado un peso de encima y que está segura de la decisión

tomada, aunque no sabe los resultados que obtendrá, pero si sabe que es lo que quiere, y parte de lo que no quiere es seguir estudiando Arquitectura.

Deseo y voluntad.

“A menudo, su trabajo se realiza con pacientes que saben lo que deberían hacer, pero no tienen ninguna **experiencia** de saber lo que **desean** hacer” (Yalom 2017, p. 367).

La paciente inicialmente no sabía cual era la decisión que quería tomar, estaba más orientada hacia el deber de cumplir con un camino que ya había empezado a recorrer a través de las obligaciones que se le imponían al ser una estudiante que ha salido favorecida con una beca universitaria, la cual cubre un 100% de las obligaciones económicas. Esta presión en la que se encontraba sumergida y a la cual se le sumaban un universo de emociones que la confundían sin saber las otras razones por lo cual llegó a estar en ese estado de angustia, solo tenía como herramienta la experiencia que había tenido que vivir en este episodio de su carrera, era su base con la que contaba para ingresar a consulta.

Pero cuál era el deseo de la paciente en este momento?, en ese momento de su vida y de acuerdo a la historia clínica la paciente deseaba estudiar arquitectura, quería sobresalir entre los demás estudiantes y ser reconocida por los profesores para poder tener contactos que le ayudaran a crecer profesionalmente, pero esta situación tenía una intencionalidad la cual ha sido conducida por el deseo previo de ayudar económicamente a sus padres y como lo nombra en la segunda sesión la paciente, no quiere que su padre trabaje más.

Aquí se puede observar como se orienta o proyecta un individuo hacia el futuro, lleva a la persona a desear que este futuro sea de uno u otro modo, así como es sustentado

por May (2011) al decir que el individuo tiene la capacidad de profundizar en si mismo y de acuerdo a esos deseos que descubre utiliza su voluntad para movilizarlos y dar forma al futuro.

Pero son estas mismas palabras las que enseñan que existe un portal de innumerables deseos y es cuando el individuo se encuentra con la realidad que el deseo puede cambiar, o desaparecer, basándose también en May (2011), cuando explica que cada deseo trae un significado y una energía, un movimiento, trae su propia fuerza. Esto se puede evidenciar en la segunda sesión cuando se describe como comienza a tomar fuerza la idea de cambiar de carrera. La paciente observa la posibilidad de inscribirse en la fuerza aérea y este pensamiento permite vislumbrar una fantasía dada la explicación por la misma desarrollada en la tercera sesión. En consecuencia lo anterior permite inferir en la PARA el deseo y/o la posibilidad de no continuar con la carrera de Arquitectura.

La paciente ya comienza a experimentar conscientemente su deseo, es decir, ya comienza a desear y se explica así en el libro Psicología clínica, fundamentos existenciales:

Rompe la necesidad compulsiva impuesta por el determinismo pasado y/o externo, para adentrarse en la propia experiencia y conocer profundamente el sentido de los propios deseos y hacia donde apuntan estos (antes de observar de dónde vienen), y en caso de que sea necesario, reorientarlos hacia fines mas trascendentes o constructivos (De castro, *et al.* 2017, p. 103).

Es entonces, cuando se puede observar claramente que ese deseo ciego el cual le negaba la posibilidad de desear con un fin constructivo no le permitían expresar y afirmar su desear. Es por esto que PARA en las primeras sesiones no manifestaba sensación de bienestar, estaba afectada físicamente, su cuerpo sufría los síntomas de la angustia, dejando a un lado su opción de desear, no desarrollaba conscientemente lo que su cuerpo le pedía.

En la tercera sesión la paciente a través de lo expresado hacia la mamá “siento mucha rabia, me siento frustrada con ella, no me escucha, no piensa en mí, no piensa en lo que me puede pasar, ella discute todo el tiempo con mi papá”, permite que aflore otro deseo y es la necesidad que tiene de ser aprobada, escuchada, aceptada por su madre, este es un deseo que comienza a vislumbrarse en ese momento y que continúa tomando fuerza en las siguientes sesiones. Por ejemplo: décima sesión “quiero sentir que está ahí para mí, sentir que de verdad está ahí!, que de verdad le importo, quiero que esté dispuesta a escucharme a sí sus pensamientos sean diferentes a los míos, que de verdad le importe”.

Este deseo parte de una emoción negativa, como lo explica May (2011) en su libro *Amor y Voluntad*, el deseo también puede partir del desagrado, pues se entiende que esta sensación es una expresión del deseo o de la frustración de este y evidentemente existe una sensación de desagrado en la paciente al sentir que no es aceptada totalmente por su mamá, al no ser escuchada, al sentir rechazo ante sus pensamientos o posibles decisiones que tome la paciente, a tal punto que PARA llega a pensar que si no hubiese nacido su mamá seguramente estaría mejor, otras serían sus condiciones, como lo expresa en la cuarta sesión y después de una conversación que escuchó de su abuela materna con su mamá lo valida.

Poco a poco la paciente va haciendo más consiente su deseo y toma la decisión de cambiar de carrera, finalmente sin dar más importancia a la opinión de sus padres, si no obedeciendo a la necesidad que surge dentro de ella, comienza el cuerpo a generar cambios donde la angustia se transforma en una emoción que la impulsa a utilizar su voluntad para cumplir su deseo el cual cobra sentido cuando apunta hacia el futuro para convertirse en experiencia.

Esto reafirma lo escrito por De Castro, García y González (2017) en su libro Psicología clínica fundamentos existenciales, cuando afirman la necesidad que tenía Yalom y May, de tratar de integrar los conceptos de deseo y voluntad, y explican la importancia que tiene que el individuo logre esclarecer su postura ante sus propios deseos y pueda decidir que hará con ellos, abriéndose a si un numerosas posibilidades experienciales y por consiguiente, desarrollarse conscientemente.

En la sexta sesión la paciente describe claramente con un termino que al principio el terapeuta no comprende y debe preguntárselo nuevamente y es "me he sentido voluntariosa" voluntariosa?, a que hace referencia PARA con esta palabra, el terapeuta se lo muestra y ella responde "he tenido que tomar las decisiones en mi casa, como que se come, y también tengo que realizar todo lo que mi mamá normalmente hace, pero a mi modo" luego de una sonrisa continua diciendo "las labores domésticas las hago como yo creo que deben ser y también he notado que en esta semana mis papás no han vuelto a discutir", PARA está hablando de libertad y voluntad, tomando la posición de su mamá y realizando las labores que normalmente ella ve hacer pero esta vez tiene la oportunidad de decidir como y para que las va a hacer.

Pero surge una nueva inquietud, porque se siente tan feliz de cumplir con este deseo?, esta vez la paciente está utilizando un elemento distractor para sanar temporalmente su sensación de frustración, dejando por un corto espacio su responsabilidad de decidir sobre si continúa o no con su carrera profesional de Arquitectura.

Pero también se podría analizar que su participación en las tareas del hogar donde demuestra ser muy activa, es consciente de su ganancia afectiva, y se puede sustentar a través de lo explicado por De Castro, García y González (2017), que todo deseo apunta a un significado el cual puede ser sano, constructivo, patológico o destructivo y este se desarrolla a través de la experiencia y de la escala de valores de la persona. Entonces la sensación de bienestar que se produce en PARA puede indicar que esta situación la ha llevado a reafirmar conscientemente uno de sus valores, y es el de ayudar a sus padres y sentirse valiosa, aceptada, valorada y necesitada por ellos.

Libertad, responsabilidad y muerte.

En la descripción de las sesiones se puede observar que la paciente presentaba una gran angustia ante la decisión que debía tomar con respecto a continuar o no con sus estudios de arquitectura y como a través de la exigencia que enmarcaba un determinado y premuroso tiempo otorgado por la universidad para dar esa respuesta, surge una angustiosa necesidad de hacerse responsable sobre la decisión que debía tomar, la cual, podría ofrecer escenarios como continuar sumergida en sensaciones que no eran agradables y que finalmente ante la posibilidad de que su cuerpo colapsara física y psíquicamente, traía claramente la angustia de muerte, muerte al no ser destacada entre las mejores estudiantes del semestre, y por consiguiente no poder relacionarse adecuadamente en el medio, en el

cual ella dejaría de existir porque se convertiría en una profesional más, con pocas posibilidades de crecer rápidamente en este sector y todo esto arrastraría y aniquilaría su deseo de poder independizarse de su casa y correr con todos los gastos económicos de sus padres para que ellos, especialmente su papá que es el portador económico del hogar, dejara de trabajar.

Esto se puede evidenciar en la primera sesión cuando dice “me sentía muy triste y frustrada, porque cuando inicie mi carrera quería estar dentro de los alumnos destacados, en el colegio siempre estuve en los primeros lugares y se que eso **abre puertas**”, esto automáticamente inicia con la destrucción de uno de sus principales deseos hasta ese momento, y se puede sentir obligada a tomar una nueva decisión, en la cual debe utilizar su libertad la cual le genera gran angustia porque se le abren un universo de incertidumbres en donde definitivamente tiene que hacerse responsable de las consecuencias que esto traiga.

Ante esta posibilidad la paciente utiliza su libertad decidiendo no contarle nada a sus padres y asume la responsabilidad de continuar con el primer compromiso que le es generado por la universidad a través de un acta que firmó y en la cual se comprometía a mejorar el promedio para el semestre que seguía y donde no podía volver a perder alguna materia. Pero esta decisión trae como consecuencia el no lograrse recuperar y cuando se encontraba en la mitad del semestre acepta que las notas no son lo suficientemente altas y que ha perdido en esta ocasión no una materia sino el semestre, por lo que envuelta en una gran angustia toma la decisión de no volver a entrar al salón de clases, pero esta decisión también conlleva a otra decisión y era continuar asistiendo a la universidad quedándose siempre fuera del salón con el objetivo de que en su casa no se enteraran de la decisión

tomada, no quería generar sospechas de lo que sucedía, finalmente como lo describió la paciente en la primera sesión, desde el principio ella tomo libremente la decisión de no contar nada y ahora, debía ser responsable por las consecuencias que esto traería, y no solo se analizan las consecuencias descritas en este apartado, si no también las consecuencias que su cuerpo comienza a sufrir y que finalmente la llevan a asistir nuevamente por recomendación de la universidad a una cita con el médico psiquiatra.

En esta oportunidad nuevamente se puede ver como la paciente llena de angustia, temores, prejuicios, decide no seguir con las indicaciones que le da el médico psiquiatra la cuales eran tomar los medicamentos que le son ordenados, argumentando como se describe en la primera sesión, que ella tiene miedo que esos medicamentos le generen efectos secundarios y cree poder solucionar sus síntomas sin consumirlos. Nuevamente se puede observar el uso que le da a su libertad para tomar la decisión y la intencionalidad de poder solucionar su angustia sin la necesidad de tomar pastillas, apoyándose solo en la experiencia de participar en un tratamiento psicológico, donde podría estar nuevamente reflejada su intencionalidad de desplazar esa responsabilidad al terapeuta.

En este modo la paciente entra a comprender que es un *Dasein*, termino que ha sido utilizado por Heidegger y que explica Yalom en su libro Psicoterapia Existencial, refiriéndose a que la persona está ahí, en el mundo haciendo parte de él *Yo empírico* pero que a su vez es responsable de lo que hace de si mismo y con el mundo, *Yo transcendental*. (Yalom, 2017, p. 268,269).

Es por esto que el individuo puede hacer uso de su libertad decidiendo que *es* dentro del mundo y la responsabilidad que ese siendo le corresponde asumir,

responsabilidad que abarca no solo las propias acciones si no también los fracasos que esas acciones pueden conducir. Por esto la paciente debe asumir el fracaso de su acción la cual se comienza a desencadenar tal vez desde el mismo inicio en que decide estudiar Arquitectura guiada por la experiencia con que contaba hasta ese momento con el mundo, siendo parte de él. El conocimiento de su verdadera situación le golpea cuando descubre su responsabilidad ante el mundo, el cual solo tiene significado por la forma en que lo organiza el ser humano y es allí en ese significado que los valores cobran gran relevancia puesto que han sido organizados por el individuo de acuerdo a la escala de importancia que tienen para su vida, para su mundo, para su ser dentro del mundo. Es lo que Sartre llama "Por si mismo".

En la cuarta sesión se puede analizar que la paciente tiene un gran temor de responsabilizarse de la decisión que debe tomar y es entonces cuando surge directamente la posibilidad inminente de elegir, de usar su libertad y tomar decisiones que sin importar cual fuese, traería consigo responsabilidad, y como lo dice Yalom en su libro Psicoterapia existencial (2015), toda responsabilidad implica ser autor de algo, pero que es ese algo?, podría ser de su destino.

La paciente lo describe como la duda que le genera la posibilidad de continuar con sus estudios de Arquitectura, y explica que el solo pensar esa posibilidad la llena de ansiedad, pero a la vez se siente presionada ante la idea de que lleva dos años y medio invirtiendo su tiempo en esta carrera, también la inversión económica que sus padres han hecho en ella, entonces puede observar como una de las consecuencias más notables sería tener que volver a empezar y ahora asumiendo la responsabilidad de su decisión en cuanto

a un posible nuevo fracaso. “todavía no se si quiero seguir estudiando arquitectura, solo pensar en eso me angustia, pero no se que hacer, porque para mis papás ha sido un gasto grande, todo lo que he utilizado en materiales, transporte... además de haber realizado cinco semestres, cambiar de carrera sería como haber perdido todo este tiempo para volver a empezar y como usted sabe, yo lo que quiero es graduarme rápido para poder colaborarle a mi papá” “tengo miedo”, “miedo a que?” pregunta la terapeuta, a lo que la paciente responde “a que me pase otra vez lo que me sucedió en quinto semestre y ahí si pierda definitivamente la beca, a no tener otra oportunidad”

Al tomar decisiones haciendo uso de su libertad, aunque de igual manera si no las tomara también estaría usando su libertad decidiendo no hacerlo, ya estaría aceptando conscientemente que es responsable de la construcción de su destino, el cual, y de acuerdo a lo que se explica en el libro Psicoterapia existencial, es su propio ser, son sus sentimientos, y también sus sufrimientos. (Yalom, 2015). Ahora la angustia podría producirse ante la idea latente de un nuevo fracaso lo que implicaría aceptar que volvió a equivocarse y esta vez sería más frustrante porque iría en contra de los consejos y/o presión de sus padres. Por eso es importante que la paciente pueda tomar una decisión de la cual se pueda responsabilizar tranquilamente de sus acciones afirmando su centro de valores los cuales le servirán como soporte para atender las situaciones futuras que se le presenten buscando su propio bienestar y el de los demás que puedan verse afectados por lo decidido. (De Castro, *et al.* 2017).

Intencionalidad

En la primera sesión, al ingresar la paciente al consultorio y tomar la decisión de no hablar cuando la terapeuta le pregunta cual es el motivo por el cual está asistiendo a consulta, ella entrega unos documentos al terapeuta, los cuales como se describe en esta sesión, se trataba del acta de compromiso que tuvo que firmar ella y sus padres y la historia clínica del psiquiatra. Con este acto puede estar marcando una clara intencionalidad al decidir callar, y desplaza su responsabilidad del motivo por el cual se encuentra en ese espacio a las exigencias que le ha dado la universidad como requisito para no perder la beca de la cual es beneficiaria, pero hasta ese momento no se puede afirmar que la paciente ha hecho conciencia de su situación, de sus deseos, de su necesidad y por ende su intencionalidad, la cual claramente no era estar en ese sitio por la responsabilidad de sus decisiones tomadas libremente.

Durante todas las sesiones se pudo observar que lentamente la paciente va describiendo la relación que tiene con su mamá y como esta situación la afecta, tanto que desplaza su responsabilidad de tomar una decisión ante la angustia que le genera la opinión de sus padres.

Con este comportamiento la paciente está preservando un valor que como está orientado es destructivo para ella en estos momentos, no está obteniendo ninguna ganancia afectiva, antes todo lo contrario, está sufriendo episodios llenos de angustia que han repercutido en su cuerpo al presentar síntomas de insomnio, disminución del apetito, ganas de llorar todo el tiempo, taquicardia y sudoración en las manos. Entonces con esto se puede observar como la paciente no se identifica con el sentido, no tiene ninguna ganancia

afectiva. Por eso es necesario que PARA reoriente este valor después de hacerlo consciente para que pueda dirigirse a lo que quiere conseguir, buscando así un nuevo sentido con el cual se pueda identificar.

Ahora bien, si se aborda la decima sesión se puede observar que la terapeuta indaga directamente con la paciente sobre esta situación y se lo muestra preguntando: “en varias ocasiones me has manifestado que sientes mucha tristeza y frustración al no ser aceptada totalmente por tu mamá, es decir, la manera de pensar, las decisiones que debes tomar, etc. Quisiera saber para qué necesitas esa aceptación tan al 100% en las decisiones que debes tomar o en las ideas que tu das en tu casa?” a lo que PARA responde “no me quiero sentir sola, quiero compartir todas mis cosas con ella”, prosigue: “casi siempre todo lo comparto con ella, mas que con mi papá, aunque con el tengo una mejor comunicación” (se puede observar claramente el valor de la opinión de su mamá). La paciente realiza una pausa corta y continua diciendo “necesito saber que mi mamá está ahí, que está contenta por mi, que acepta lo que hago, que aunque me equivoque yo pueda sentir que ella va a estar para mí”. Su intencionalidad está totalmente sumergida en el deseo de ser aceptada genuinamente por su mamá, ese es uno de sus valores más importantes, necesita que aunque piense totalmente diferente su mamá siempre estará ahí para ella.

Esto nos puede llevar al análisis de la intencionalidad de la paciente y como ha utilizado su voluntad para tomar decisiones como lo es ocultar lo que estaba sucediendo en la universidad desde cuarto semestre como se describe en la primera sesión.

PARA pensaba evitar las consecuencias que pusieran en riesgo su escala de valores frente a sus padres y por consiguiente un posible malestar mayor, sin saber que el solo hecho de ocultar esta situación podría llevarla a altos niveles de angustia, que como se ha explicado anteriormente la llevaron al límite de una posible muerte ante la alteración en su escala de valores. En este caso me refiero a la muerte existencial que sería para la paciente el hecho de defraudar la confianza y la esperanza que ella piensa y siente que sus padres le han depositado, además de la imagen que ha querido tener y proteger frente a ellos. La terapeuta continua preguntando “y que sucede si tienes que decidir y te equivocas?” la paciente responde “si cometo un error me va a recriminar, aunque como humana se que me puedo equivocar”, la paciente hace una larga pausa y continua diciendo “quiero sentir que está ahí para mí, sentir que de verdad está ahí!, que de verdad le importo, quiero que esté dispuesta a escucharme así sus pensamientos sean diferentes a los míos, que de verdad le importe”.

El sentido que la paciente le da a esta parte de la intervención es clave para explicar a la luz de la teoría que PARA está haciendo una reorientación de su valor “aunque yo me equivoque pueda sentir que ella está ahí para mí” y al reorientar ese valor también está buscando una nueva ganancia afectiva, un nuevo sentido.

Después la paciente manifiesta “no quiero equivocarme en la decisión que debo tomar, quiero tomar la decisión por mí y demostrarle a ella que yo tenía razón, que no me equivoque”, ya en este apartado de la decima sesión la paciente atiende a la vivencia de su deseo el cual comienza a ser consiente, a tener un sentido y la voluntad aparece para orientar ese deseo ante la posibilidad de tomar una decisión de cambiar de carrera, aunque

todavía puede surgir angustia ante la responsabilidad que esto implica, especialmente en su escala de valores, donde la opinión de sus padres ocupa uno de los primeros lugares. Esto se sustenta en el libro *Psicología Clínica, fundamentos existenciales* al explicar que el concepto de intencionalidad es abordado por la consciencia del deseo, el sentido que se le da a este deseo y como el individuo orienta su voluntad para relacionarse con el deseo en la acción. (De Castro, *et al.* 2017).

Ahora, la intencionalidad de la paciente se ve orientada hacia un futuro donde ha decidido como se explica en la onceava sesión, cambiar de carrera, informar a sus padres y a la universidad responsabilizándose por las consecuencias que esto podría traerle y transformando así su escala de valores apuntando a formarse en una nueva profesión y todo lo que conlleva “empezar de cero”, como muchas veces ella así lo nombró, pues al tomar esta decisión se está exponiendo a responder académicamente por un buen promedio que le permita continuar gozando de los beneficios de la beca Roble Amarillo y que a su vez puedan extenderle más el tiempo para terminar a través de este beneficio la carrera escogida, pues ya utilizó cinco semestres en la carrera de Arquitectura. En este argumento ya se puede observar que el valor de PARA ha sido reorientado y se ha identificado un nuevo sentido, el cual surge cada vez que afirma el valor modificado, al ser un valor consciente, se considera un valor constructivo que está enfocado hacia su proyecto de vida.

Otro valor que reorienta la paciente es de demostrarle a sus papás que estaban equivocados en cuanto al temor que les generaba que PARA perdiera la oportunidad de graduarse como profesional de la universidad del norte, y se equivocara al cambiar de profesión. Ante el temor económico PARA ha decidido que esto no será obstáculo para

cumplir con su deseo pues utilizará otros recursos como prestamos estudiantiles para finalizar la carrera universitaria.

Todo esto se resume en la onceava sesión donde PARA continua con la decisión de matricular en una nueva carrera profesional, aunque su situación con sus padres no es la mejor, pues ellos no aceptan la decisión que PARA tomó. La terapeuta le pregunta “Como te sientes ahora que ya has hablado con ellos y le has manifestado cual es tu decisión y lo que te motivo para llegar a ella?”, la paciente responde **“siento que me quité un peso de encima, me siento muy segura de la decisión tomada, aunque aun siento miedo de equivocarme pienso que vale la pena arriesgarme, no importa si me equivoco”**.

Con esta última frase PARA refleja claramente lo que para este análisis de caso es su esencia: deseo, voluntad, libertad, responsabilidad, intencionalidad, ansiedad constructiva y una escala de valores restablecida y orientada a una nueva ganancia afectiva o sentido.

Conclusiones y discusión.

En este trabajo se puede concluir que a través de la experiencia vivida por la paciente y abordando los conceptos teóricos de experiencia de ansiedad, deseo, voluntad, libertad e intencionalidad principalmente, se confirma lo dicho por los diversos autores que a lo largo de este trabajo se mencionan como base argumentativa.

La teoría establece que los fundamentos existenciales del individuo pueden ayudar u orientar al terapeuta en la comprensión de la visión que tiene el paciente desde su experiencia. (De Castro, *et al.* 2017).

Se enfatiza en que la ansiedad siempre está presente en el individuo, y que se convierte en experiencia con y en el mundo, es decir, las relaciones que el paciente crea para si mismo, para las relaciones con los demás y para las relaciones con las cosas/objetos. Es entonces cuando la ansiedad puede ser vista como una capacidad con que cuenta el ser humano y sirve como un conductor de la relación del individuo con el mundo, con lo que valora, con lo que realmente le da significado e importancia a su vida. Esta ansiedad se convierte en la luz que ayuda a guiar el proceso terapéutico, como lo menciona Yalom, porque es desde el sentir del paciente que se comienza a tejer múltiples direcciones, caminos, los cuales son liderados por él, es decir a través de la ansiedad constructiva. (Yalom, 2015).

El tiempo que necesita el paciente para ir recorriendo este camino que a la luz de la teoría se llama Proceso Experiencial, es tan importante y debe ser en lo posible respetado por el terapeuta, acompaña el recorrido terapéutico, a través de la ansiedad y/o angustia lo enfocan ayudando al paciente a dismantelar las fuentes que lo convierten en patología o ansiedad asumida destructivamente, aunque este tipo de ansiedad se convierte en la alarma del cuerpo que indica que en la persona existe un conflicto interno que no se ha resuelto, brindando así la oportunidad de clarificar sus valores sin evitar la ansiedad que esto pueda conllevar, para que a través de esta pueda observar y aceptar, construyendo sobre ella y transformándola en una ansiedad constructiva.

Se puede concluir que definitivamente al hablar de la experiencia de ansiedad nos referimos a un todo dentro de la existencia del ser humano, en la cual nunca hay garantía de que los resultados pueden ser o no como se esperaban, como se anhelaban. (De Castro, *et al.* 2017).

Con esto se corrobora la afirmación de que los proyectos de vida pueden ser cambiantes, que se apoyan en una escala de valores con la cual se busca obtener una ganancia afectiva, pero estos valores no son estáticos, si no que pueden ir cambiando dependiendo la necesidad del individuo quien al hacerlos consciente los puede orientar con un sentido.

Es por esto que los proyectos de vida están sometidos todo el tiempo a periodos donde la angustia cobra un sentido relevante ante el proceso experiencial del paciente, pues ella esta unida a los valores que el individuo tiene o ha escogido a través de sus experiencias y es la posición dentro de la escala de estos valores la que determina el grado de angustia que puede llegar a sufrir la persona, convirtiéndola en muchos casos en patologías donde el cuerpo habla a través de síntomas que pueden llegar a desviar, retrasar y hasta impedir continuar con el proyecto de vida trazado, con lo que considera significativo, o por el contrario dependiendo de la experiencia del individuo ante determinada situación, la ansiedad puede llegar a ser el vehículo que transporta a la persona para cumplir con sus metas.

La teoría enseña que es fundamental descubrir en el consultante su escala de valores, atendiendo a los cambios que esta misma pueda tener, dado que está muy sujeta a

la experiencia del paciente y a sus necesidades inmediatas. A través de ella se puede identificar con mayor claridad como la intencionalidad apunta siempre hacia un sentido, cuales son sus deseos y como a través de la voluntad toma decisiones libremente asumiendo la responsabilidad de alcanzar o no las metas establecidas y todo lo que puede surgir alrededor de estas.

Finalmente en el presente caso se menciona el desplazamiento de la libertad como una de las defensas que utiliza el individuo para no hacerse responsable y que al inicio de este caso se pudo evidenciar. (De Castro, *et al.* 2017). Por eso es tan importante y se vuelve a reiterar la necesidad dentro del proceso terapéutico de conocer lo que el paciente valora, como lo valora y para que lo hace.

Bibliografía

De Castro A, García G y González R (2017). *Psicología Clínica, Fundamentos Existenciales*. Barranquilla, Colombia: Editorial Universidad del Norte.

Yalom I (2015). *Psicoterapia Existencial*. Barcelona, España: Editorial Herder.

Yalom, I. (1998). *Verdugo del Amor*. Buenos Aires, Argentina: Emecé editores.

Yalom, I. (2006). *El don de la terapia*. Buenos Aires, Argentina: Emecé editores.

Yalom, I. (2008). *Mirar al sol*. Buenos Aires, Argentina: Emecé editores.

Yalom, I. (2015). *Criaturas de un día*. Buenos Aires, Argentina: Emecé editores.

May R. (2011) *Amor y Voluntad*. Barcelona, España: Editorial Gedisa.

May R. (2000) *El dilema del hombre*. Barcelona, España: Editorial Gedisa.

Romero, E. (2003). *Neogénesis: El desarrollo personal mediante la psicoterapia*.

Santiago de Chile, Chile: Editorial Norte Sur.

Toro R y Yepes L. (2000). *Fundamentos de medicina, Psiquiatría*. Medellín, Colombia: Editorial Corporación para investigaciones biológicas.

Revista Psicología desde el caribe (2012). Proceso experiencial: Comprendiendo al ser humano en primera persona. Barranquilla, Colombia. Recuperado de

<http://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/4480/9180>

Corbin, J.A., (s.f.). Los ocho tipos de familias y sus características, recuperado de

<https://psicologiyamente.com/social/tipos-de-familias>

Anexos.

Consentimiento informado.

CONSENTIMIENTO PARA PARTICIPAR EN UN ESTUDIO DE CASO SOBRE
la comprensión de la experiencia de ansiedad que tiene un joven ante de
desde el enfoque Humanista Existencial. Caso único Paciente de 21 años.
Nombre de del psicólogo: Alison Jaimes Yanguma.

Señorita PARA, le estamos invitando a participar en un estudio de caso de la Maestría en Psicología Clínica de la Universidad del Norte

Primero, nosotros queremos que usted conozca que:

- La autorización para utilizar en este estudio de caso el material o contenido desarrollado durante las sesiones es absolutamente voluntaria.
- Esto quiere decir que si usted lo desea puede negarse a autorizar utilizar el contenido de nuestras sesiones con fines académicos en la elaboración de un estudio de caso sin tener que dar explicaciones.
- Los temas abordados que serán analizados en este estudio de caso y sus datos personales se mantendrán en absoluta reserva.
- Usted no recibirá beneficio económico alguno del estudio actual. Los estudios de caso como este sólo producen conocimientos que pueden ser aplicados en el campo de la psicoterapia más adelante.

Procedimientos

En el estudio de caso, en el cual usted participará, se analizarán los contenidos dialogados durante las distintas entrevistas que le fueron o serán realizadas. Se que de la forma más auténtica y sincera posible usted hable sobre su experiencia en particular.

Los resultados serán publicados (manteniendo total reserva sobre los datos personales) y entregados a la Universidad del Norte como requisito para el grado de la Maestría en Psicología. Usted recibirá retroalimentación sobre lo encontrado en el caso antes de ser socializados.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Después de haber leído comprensivamente toda la información contenida en este documento en relación con el estudio de caso y de haber recibido las explicaciones verbales sobre la misma, así como respuestas satisfactorias a mis inquietudes, he decidido de forma libre, consciente y voluntaria aceptar participar en este caso.

En constancia, firmo este documento de consentimiento informado, en presencia del señor Don Dario Romero y el testigo N/A., en la ciudad de Olivia el día 02 del mes de Junio del año 2018.

Nombre, firma y documento de identidad:

Nombre: P.A.R.A Firma: Paula Romero A
Cédula de ciudadanía: 1044432064 de Pto. Colombia

Nombre, firma y documento de identidad de la psicóloga(o):

Nombre: Alison Jimenez Yangua Firma: Alison Jimenez
Cédula de ciudadanía: 37514891 de Bucaramanga
Teléfono: 3005574544, Correo electrónico: alisonjy@hotmail.com

Nombre, firma y documento de identidad del Tutor del caso:

Nombre: _____ Firma: _____
Cédula de ciudadanía: _____ de _____
Teléfono: _____, Correo electrónico: _____